डाक्टर तुलसी

-: लेखक :-

डा0 गंगाप्रसाद गौड़ 'नाहर', एन0 डी0

प्रधानाचार्य एवं प्रधान चिकित्सक

भारतीय प्राकृतिक

विद्यापीठ एण्ड चिकित्सालय,

पोस्ट विष्णूपुर 24, परगना

वेस्ट बंगाल

प्रकाशक-

तेजकुमार बुकडिपो (प्रा0) लिमिटेड, लखनऊ

उत्तराधिकारी-नवलकिशोर बुकडिपो, लखनऊ

1, त्रिलोकनाथ रोड, हजरतगंज, लखनऊ-1

सर्वाधिकार सुरक्षित

तृतीय संस्करण 1000 सन् 2008 ई0 मूल्य 20/-

दो शब्द

अपने घर में और उसके आस-पास अधिक से अधिक
ंख्या में तुलसी के पौधे लगाकर रोज प्रातःकाल स्नानादि
ा निवृत्त होकर चार-पाँच तुलसी की पत्तियाँ दो घूँट पानी
क साथ लीजिये और तुलसी-सेवन के चमत्कार को स्वयं
अनुभव कीजिए। बस। इस सम्बन्ध में मुझे इतना ही
कहना है।

—विनम्र लेखक

रंजना-निवास
HZ/H–11/193
ाग, आइना बीबी
हुसेनगंज, लखनऊ
४-४-१९७६

विषय-सूची

विषय			पृष्ठ
डाक्टर तुलसी	...	...	१
तुलसी के अनेक नाम	...	...	२
तुलसी की किस्में और जातियाँ	...	...	२
तुलसी की विचित्र स्वास्थ्यवर्द्धक गंध	...	...	३
तुलसी का 'एसिड' विशेष	...	...	६
तुलसी का धार्मिक महत्त्व	...	...	७
तुलसी का वैज्ञानिक महत्त्व	...	...	९
तुलसी के साधारण गुण	...	...	१०
तुलसी के सौन्दर्यवर्द्धक गुण	...	...	१३
निषेध	...	...	१४
तुलसी-चिकित्सा	...	...	१४
१—मस्तिष्क और नाड़ी-मंडल के रोग	...	...	१४
२—पेट के रोग	...	...	१६
३—त्वचा के रोग	...	...	२०
४—हृदय, रक्त और फेफड़ों के रोग	...	...	२२
५—जननेन्द्रिय सम्बन्धी रोग	...	...	३०
६—आँख के रोग	...	...	३४
७—कान के रोग	...	...	३५
८—नाक के रोग	...	...	३६
९—दाँत के रोग	...	...	३६
१०—विष और विषैले जन्तुओं के काटने पर	...	...	३७
११—फुटकर रोग	...	...	४०
१२—बच्चों के रोग	...	...	४२

—:०:—

डाक्टर तुलसी

तुलसी भारतवर्ष में बहुतायत से पाया जानेवाला एक ऐसा अनोखा और अद्‌भुत पौधा है, जिसके अपार गुण हैं और जिसमें लगभग सभी रोगों को दूर करने की विलक्षण शक्ति होती है। तुलसी शब्द का अर्थ ही है तीनों प्रकार के अर्थात् भौतिक, आधिदैविक तथा आध्यात्मिक तापों का संहार करनेवाला। यह पौधा भारत के अतिरिक्त, ईरान, बर्मा, लंका, अफ्रीका, अरब, ब्राजील, यूरोप, चीन, जापान, आस्ट्रेलिया तथा मलाया आदि देशों में भी पाया जाता है।

तुलसी का पौधा साधारणतः एक से तीन फीट ऊँचा होता है। पर कभी-कभी काफी मोटाई के साथ इसकी ऊँचाई छः फीट तक भी देखी गयी है। तुलसी के इस प्रकार के मोटे पौधों को खराद कर प्रायः तुलसी की माला बनाने के काम में लाते हैं। तुलसी की पत्ती गोलाई लिये हुए लम्बी होती हैं, जिसकी शाखाओं के सिरों पर बालें निकलती हैं जिन्हें तुलसी के फूलों की मंजरी कहते हैं। तुलसी की मंजरियों में ही तुलसी के बीज होते हैं। तुलसी के फूल साल भर खिलते रहते हैं।

तुलसी का पौधा साधारणतः मार्च से लेकर जून तक लगाया जाता है। सितम्बर और अक्टूबर में इसमें पुष्प लगने आरम्भ होते हैं और जाड़े के दिनों में इसके बीज पकते हैं।

तुलसी के अनेक नाम

तुलसी के कितने ही नाम प्रचलित हैं जैसे वृन्दा, बहु-मंजरी, वैष्णवी, सुरसा, ग्राम्या, सुलभा, देवदुन्दुभि, सुगंधा, गंधहारिणी, अमृता, पत्रपुष्पा, श्यामा, रामा, गौरी, सुर-बल्लरी, विष्णुवल्लभा, सुरभि, शूलघ्नी, भूतघ्नी, त्रिदश-मंजरी, यशस्विनी, लक्ष्मी, अचला, श्री, धम्या, देवी, सुभगा, तीव्रा तथा पावनी आदि।

फारसी में तुलसी को रेहाँ और शाह शिफरम, अरबी में उलसी बदरुत, लैटिन में ओसिमं आल्बं, अँग्रेजी में ह्वाइट बेसिल, परपिल स्टाक्ड बेसिल, होली बेसिल, सैक्रेड बेसिल अथवा मंक्स बेसिल तथा फ्रेन्च में वेसिलिक सेंट कहते हैं।

तुलसी की किस्में और जातियाँ

तुलसी की दो किस्में होती हैं—एक सफेद दूसरी काली। कुछ लोगों के ख्याल से सफेद तुलसी की अपेक्षा काली तुलसी में अधिक गुण पाये जाते हैं। पर भावप्रकाश के अनुसार सफेद और काली दोनों प्रकार की तुलसी के गुण समान होते हैं। यथाः—

'शुक्ला कृष्णा च तुलसी गुणैस्तुल्या प्रकीर्तिता।'

तुलसी की, देशविभेद से, कितनी ही जातियाँ होती हैं

जिनमें बबुई तुलसी, राम तुलसी, वन तुलसी तथा मूत्री तुलसी मुख्य हैं।

तुलसी की विचित्र स्वास्थ्यवर्द्धक गंध

तुलसी की पत्तियों में पीलापन लिए हुए हरे रंग का एक प्रकार का तेल होता है जो हवा के साथ उड़ने वाला होता है। यह कीटाणुनाशक और बड़ा ही गुणकारी होता है। तुलसी की विचित्र गंध का कारण तुलसी की पत्तियों में पाया जाने वाला यही तेल है। इस तेल को निकाल कर यदि कुछ देर तक पड़ा रहने दिया जाय तो यह जम कर रवादार हो जाता है। इस जमे हुए तुलसी के तेल को तुलसी-कपूर (Basil Camphor) कहते हैं।

जहाँ तुलसी के पौधे अधिकता से होते हैं वहाँ की वायु तुलसी की इस विचित्र गंध की वजह से शुद्ध और साफ रहती है। इसी कारण भारत के प्रत्येक हिन्दू घर में कम-से-कम तुलसी का एक पौधा रखना जरूरी समझा जाता है, जो एक प्रकार से धर्म का ही रूप ले चुका है। यथा :—

'तुलसीकाननं चैव गृहे यस्यावतिष्ठते।
तद्गृहं तीर्थवत्तत्र नायांति यमकिंकराः॥'

अर्थात्, जिस घर में तुलसी का पौधा होता है वह घर तीर्थ के समान पवित्र होता है तथा उस घर में (रोग-रूपी) यमदूत नहीं आते। कारण, तुलसी की पत्तियों के सम्पर्क

से वायु में, उनमें स्थित उड़ने वाला सुगंधित तेल, जिसमें रोग के कीटाणुओं को नष्ट कर देने एवं गंदी वायु को शुद्ध कर देने की असाधारण शक्ति होती है, मिलकर चारों ओर फैल जाता है और जब मनुष्य ऐसी शुद्ध हवा में साँस लेता है तो उसका स्वास्थ्यवर्द्धक प्रभाव उसके शरीर के प्रत्येक कोष पर बड़ा ही कल्याणकारी पड़ता है, जिसके फलस्वरूप शरीर का रक्त शुद्ध हो जाता है, फेफड़े नीरोग बनते हैं तथा शरीर के सभी स्थूल और सूक्ष्म अवयव स्वस्थ और शक्तिशाली बन कर रोग-सोक को पास फटकने नहीं देते। यही कारण है कि प्राचीन भारत में रोगियों को तुलसी के जंगल या बगीचे में रखने की प्रथा थी, क्योंकि तुलसी की सुगंध वाली वायु से दशों दिशाएँ और चारों भूतग्राम अर्थात् आकाश, वायु, जल और पृथ्वी तत्काल शुद्ध हो जाते हैं। यथा:—

'तुलसी गंधमादाय यत्र गच्छति मारुतः।
दिशो दश पुनात्याशु भूतग्रामांश्चतुर्विधान् ॥'

तुलसी के निकट बैठकर प्राणायाम करने से तुलसी की यह रोगनाशक सुगंधित वायु शरीर में प्रविष्ट होकर रोग के समस्त कीटाणुओं को नाश कर देती है, जिससे शरीर बलवान, वीर्यवान और मन प्रसन्न बनता है, एवं सौन्दर्य, तेज तथा ओज की वृद्धि होती है।

यह बात भी प्रयोगों से साबित हो चुकी है कि तुलसी की गंधयुक्त वायु में मच्छरों का प्रवेश नहीं होता। इसीलिए

इसमें मलेरिया के कीटाणु नाश को प्राप्त हो जाते हैं। मच्छर ही क्यों, सभी प्रकार के दुखदायी जीव-जन्तु जैसे भुनगा, खटमल तथा झींगुर, यहाँ तक कि सर्प भी, तुलसी की विचित्र गंध से भाग जाते हैं। इसीलिये तुलसी का एक नाम अपेत-राक्षसी भी मशहूर है, जिसका अर्थ है राक्षसरूपी रोग के कीटाणुओं को मार भगाने वाला।

कपड़े-लत्तों के बक्स में तुलसी की कुछ पत्तियाँ रख छोड़ने से इसीलिये कपड़ों में कीड़े आदि नहीं लगते और न चूहे-चुहियाँ ही उन्हें काटती हैं।

तुलसी की कुछ पत्तियाँ साधारण जल में डाल देने से वह सारा-का-सारा जल तुलसी की पत्तियों की गंध से सुवासित होकर तुलसी-दल के समान ही गुणकारी हो जाता है। यदि किसी जगह का पानी दूषित हो, जिससे स्वास्थ्य को हानि पहुँचने की सम्भावना हो, तो उस पानी को दोष-मुक्त करने के लिये उसमें तुलसी के कुछ पत्ते छोड़ देने चाहिए। ऐसा करने से वह पानी कभी नुकसान नहीं करेगा। इसके अतिरिक्त तुलसी के कुछ पत्तों को कुछ देर तक जल में रखकर उन्हें एक घूँट उसी जल के साथ रोज सुबह, तड़के, स्नानादि से निबट कर, सेवन करने से बहुत-से रोगों, यहाँ तक कि अकाल मृत्यु, से भी छुटकारा पाया जा सकता है, बल और तेज बढ़ता है, तथा मेधा और स्मरण-शक्ति तीव्र होती है। सम्भवतः प्राचीन ऋषियों ने इसी कारण विष्णु-पूजन के बाद

तुलसी-दल सहित चरणामृत-पान करने की परिपाटी निकाली थी जो आज भी प्रचलित है और सदैव रहेगी।

वायु और जल की तरह ही तुलसी की विचित्र स्वास्थ्य वर्द्धक गंध से प्रभावित होकर तुलसी के नीचे की एवं उसके आस-पास की मिट्टी भी विशुद्ध एवं तुलसी के समान ही गुणकारी हो जाती है। पुराने जमाने में भारतीय स्वास्थ्यगृहों के कमरों के फर्श और दीवारों को उसी मिट्टी से लीपने का रिवाज था जो तुलसी के पौधों के नीचे से लायी गयी होती थी। ऐसा करने से उन स्वास्थ्य-गृहों में रोग के कीटाणु नहीं पनप पाते थे। फलतः उनमें रहने वाले रोगियों के रोग जल्दी दूर हो जाते थे।

तुलसी का 'एसिड' विशेष

तुलसी में एक विशेष प्रकार का 'एसिड' होता है जिसमें सड़ाँध और गंदगी को दूर करने की प्रबल शक्ति होती है। जिसका मुँह बदबू करता हो, वह यदि तुलसी की कुछ पत्तियाँ चबाले तो उसके मुँह की बदबू दूर हो जायगी। जो व्यक्ति भोजन के बाद नियमपूर्वक तुलसी की चार-पाँच पत्तियाँ चबा लेता है उसके स्वास्थ्य की वृद्धि तो होती ही है, उसके शरीर में कहीं भी मल एकत्र नहीं होने पाता, मुख दुर्गन्ध से मुक्त रहता है, अंग प्रत्यङ्ग की शक्तियाँ बलवती होती हैं तथा शरीर के भीतर के कीटाणु नष्ट हो जाते हैं, तुलसी में पाये जाने

वाले एसिड विशेष के प्रभाव से मन और वाणी भी मनुष्य के वश में हो जाते हैं।

तुलसी का धार्मिक महत्त्व

हिन्दू धर्म-शास्त्रों में तुलसी की बड़ी महिमा गायी गई है। यथाः—

'तुलसीविपिनस्यापि समन्तात्पावनं स्थलम्।
क्रोशमात्रं भवत्येव गांगेयस्वेव पावकः॥'

अर्थात्, जहाँ तुलसी का जंगल होता है, उसके आस-पास एक कोस तक पृथ्वी गंगा-जल के समान पवित्र होती है।

भगवान के जिस प्रसाद में तुलसी-दल नहीं पड़ा होता है, हिन्दुओं के समझ वह भगवान का प्रसाद ही नहीं माना जाता। इसी कारण भगवद्भक्त भोजन-सामग्री में बिना तुलसी-पत्र डाले भोजन नहीं करते। यहाँ तक कि मरते समय मरने वाले के मुख में तुलसी-पत्र देना उसकी मुक्ति का साधन समझा जाता है। हिन्दुओं का एक भी शुभकर्म ऐसा नहीं होता जिसमें तुलसी का प्रयोग न किया जाता हो। तुलसी का पौधा हिन्दू घरों की शोभा होता है। हिन्दू स्त्रियाँ तो इस पौधे की बड़ी श्रद्धा के साथ पूजा करती हैं।

कहते हैं तुलसी का दर्शन, स्पर्शन, नाम-कीर्ति-श्रवण तथा रोपण सब शुभकारक हैं। जो प्राणी तुलसी की नवधा भक्ति करते हैं वे अनन्त युग-पर्यन्त भगवत्-सान्निध्य लाभ करते एवं स्वर्ग-लोक में निवास करते हैं। यथाः—

'दृष्टा स्पृष्टा तथा ध्याता कीर्तिता नमिता श्रुता।
रोपिता सेविता नित्यं पूजिता तुलसी शुभा ।।
नवधा तुलसीदेवीं ये भजन्ति दिने दिने।
युगकोटिसहस्राणि ते वसन्ति हरेर्गृहे ।।'

और भी—

'पुष्कराद्यानि तीर्थानि गंगाद्याः सरितस्तथा।
वासुदेवादयो देवास्तिष्ठंति तुलसीदले ।।'

× × × ×

'पूजनानन्तरं विष्णोरर्पितं तुलसीदलम्।
भक्षयेद् देहशुद्ध्यर्थं चान्द्रायणशताधिकम् ।।'

भावार्थ यह कि सभी तीर्थ, सभी पवित्र नदियाँ, तथा वासुदेव सहित सभी देवता तुलसी-दल पर वास करते हैं। तुलसी-दल भक्षण करने से सैकड़ों चान्द्रायण व्रत से भी अधिक लाभ होता है।

कहा जाता है कि भगवान विष्णु को तीन तत्त्व—भगवान शङ्कर, आँवला और तुलसी प्राणों से भी अधिक प्रिय हैं।

कहाँ तक कहा जाय, हिन्दू शास्त्र तुलसी की अमित महिमा से भरे पड़े हैं। जिन्हें तुलसी के धार्मिक महत्त्व को सम्यक् रूप से जानना हो वे हिन्दू शास्त्र-पुराणों का अध्ययन करें। अकेले पद्मपुराण में ही तुलसी-कथा पर चार-पाँच अध्याय हैं। उन सबको इस छोटी-सी पुस्तिका में देना शक्य नहीं है। कारण, इस पुस्तक का विषय तुलसी के रोगनाशक गुणों पर विचार करना मात्र है।

भारत में तुलसी के पौधे को पवित्र मानकर उसकी पूजा तो होती ही है, साथ-ही-साथ संसार के अन्य देशों में भी यह बहुत पवित्र माना जाता है। जैसे, ग्रीक-गिरजों में तुलसी के पौधे को पवित्र मानकर उसको अन्य पौधों से उत्कृष्ट समझा जाता है, तथा भूमध्य सागर के किनारे के लगभग सभी देशों में यह एक स्वास्थ्यप्रद पौधा स्वीकार किया जाता है।

तुलसी का वैज्ञानिक महत्त्व

वैज्ञानिकों ने पता लगाया है कि तुलसी के पौधे में बिजली की ताकत बड़ी तेज होती है। अतः इसके काष्ठ को शरीर के साथ लगाये रखने से मनुष्य के शरीर में विद्युत्-शक्ति सुरक्षित रहती है, जिससे मनुष्य अनेक प्रकार के कठिन रोगों से बचा रहता है। हिन्दुओं के लिये जो तुलसी की माला गले, बाहों तथा कलाइयों में सदैव पहने रहने का विधान है, उसका यही रहस्य है। तुलसी की माला शरीर पर केवल धारण करने से दमा तक अच्छा होते देखा गया है। संक्रामक रोगों से तो तुलसी की माला धारण करने वाले की सदैव रक्षा होती ही रहती है।

पुराने समय में लोग मकान बनवाते समय मकान की नींव में एक घड़े के अन्दर हल्दी से रँगे कपड़े में तुलसी की जड़ रखते थे जिसके प्रभाव से उस घर पर बिजली गिरने की आशंका बिल्कुल नहीं रहती थी।

तुलसी के साधारण गुण

तुलसी-दल एक उत्कृष्ट रसायन माना जाता है। यह गरम, कटु, तिक्त, त्रिदोषनाशक, विष, पार्श्व-शूल, दुर्गन्ध, हिक्का, कोढ़ आदि रक्त-दोष, भूत-बाधा, ज्वर, हिचकी, वायु, शूल, श्वास, खाँसी, कृमि तथा वमन निवारक, दाह-जनक, पित्तकारक, हृदय को हितकारी, कसैली एवं अग्नि दीपक होती है। अथर्ववेद में कहा है कि सफेद तुलसी के सेवन से चर्म, मांस एवं हड्डी में प्रविष्ट हुए रोग दूर हो जाते हैं, और काली तुलसी के सेवन से शरीर पर के सफेद दाग दूर हो जाते हैं और शरीर की सुन्दरता बढ़ती है। तुलसी के सभी अंग अर्थात्, पत्ती, फूल, बीज, डंठल, जड़, यहाँ तक कि इस पौधे की जड़ के आस-पास की मिट्टी भी, ओषधि का काम करते हैं। जैसे, तुलसी की जड़ और पत्तियाँ ज्वर के प्रकोप को शान्त करने वाली होती हैं। बीज जननेन्द्रिय, सम्बन्धी रोगों की रामबाण ओषधि है तथा तुलसी का सूखा हुआ डंठल पाचन-शक्ति को बढ़ाने में अद्वितीय होता है।

तुलसी की चाय पीने से ज्वर, आलस्य, सुस्ती, अरुचि, दाह, वात-विकार और पित्त-विकार सब दूर हो जाते हैं और क्षुधा बढ़ती है, साथ ही और भी अनेक लाभ होते हैं। चाय के अवगुणों से ऊब कर उसे छोड़ने की इच्छा रखने वाले व्यक्ति उसकी जगह गुणदायक तुलसी की चाय का सेवन करके लाभ

उठा सकते हैं। तुलसी की चाय बनाने के कई तरीके हैं, जिनमें से कुछ नीचे दिये जाते हैं—

१—छाया में सुखाये हुए तुलसी के पत्ते ३ सेर, दालचीनी २ पाव, तेजपत्र १ सेर, सौंफ २ सेर, इलायची १ सेर, अगियाघास ३ सेर, बनफशा १ पाव, ब्राह्मीबूटी १ सेर, लालचन्दन २ सेर। इन सबको गड़ाँसे से कुतर कर जौ के बराबर छोटे-छोटे टुकड़े कर लो और किसी शीशे के बर्तन में रख छोड़ो। जब चाय बनानी हो तो १ सेर उबलते पानी में १ तोला यह मिश्रण डालकर उतारलो और थोड़ी देर तक सीझने दो। फिर छानकर और इच्छानुसार दूध तथा खाँड डालकर पीओ। इस चाय से आपको सच्ची स्फूर्ति और सच्चा आनन्द प्राप्त होगा जो लिप्टन आदि की चाय से सौ जन्म में भी नसीब नहीं हो सकता। यह गुरुकुल काँगड़ी का नुस्खा है।

२—पाँच तोला तुलसी की सूखी पत्ती, पाँच तोला पुदीना की सूखी पत्ती, पाँच तोला पीपल के सूखे पत्ते, पाँच तोला लौंग, ढाई तोला काली मिर्च, पाँच तोला सौंफ तथा पाँच तोला छोटी इलायची। इन सबको अधकुट करके और एक में मिलाकर रख छोड़े। चाय बनाने के लिये इसमें से थोड़ा-सा लेकर और पानी में उबाल कर दूध, गुड़ के साथ चाय की तरह सेवन करें। यह प्राकृतिक चाय अत्यन्त स्वादिष्ट एवं रुचिकारक तो होती ही है, साथ-साथ त्रिदोषनाशक, स्फूर्तिदायक और

रक्तशोधक भी है तथा शूल, श्वास, कास, विष,वमन, ज्वर आदि अनेक रोगों को शीघ्रातिशीघ्र नष्ट कर देती है।

३—एक तोला तुलसी की पत्ती आधा सेर जल में पकावे। जब तीन-चौथाई पानी रह जाय तो उतार कर चाय की तरह काम में लावे। इच्छा हो तो अन्दाज से दूध, गुड़ और पिसी हुई इलायची भी इस चाय में मिलाई जा सकती है।

४—तुलसी, कटारी, बेलपत्र, लाजवन्ती और आम की पत्तियों को अलग-अलग छाया में सुखाकर और उनका चूर्ण बनाकर एकरस करके रख लें। चाय की आवश्यकता पड़ने पर इसमें से थोड़ा चूर्ण लेकर और जल में उबाल कर पीवें। इस चाय के इस्तेमाल से रक्त के सारे दोष दूर हो जाते हैं।

५—तीन माशे तुलसी की सूखी पत्ती और ६ माशा अदरक लेकर चाय की भाँति उबाल कर पीवे। यह बड़ी लाभदायक सिद्ध होगी। इच्छानुसार इसमें भी दूध और देशी चीनी मिलाई जा सकती है।

६—तीन माशा तुलसी की सूखी पत्ती, तीन दाना छोटी इलायची, तीन रत्ती केसर और दालचीनी, इन सबको डेढ़ पाव खौलते हुए पानी में डालकर ढँक दें, दो तीन मिनट बाद उतार कर छान लें और दूध गुड़ डालकर पीवें।

७—तुलसी, आम, जामुन, बेल, बिजौरा नींबू और अशोक की कोमल पत्तियाँ समभाग लेकर छाया में सुखाकर

कूट ले। जरूरत के वक्त थोड़ा-सा चूर्ण लेकर उसकी चाय बनावे और छानकर दूध और गुड़ मिलाकर इस्तेमाल करे। इस चाय के बराबर पीते रहने से वात, पित्त और कफ तीनों दोष शान्त रहते हैं।

तुलसी के सौन्दर्यवर्द्धक गुण

जैसा कि ऊपर संकेत हो चुका है, तुलसी में अन्य गुणों के अतिरिक्त सौन्दर्यवर्द्धक गुण भी मौजूद हैं। चूँकि तुलसी एक रक्तशोधक रसायन है इसलिये इसमें इस गुण का होना स्वाभाविक है। कारण, शरीर के रक्त के शुद्ध और चमकीला होने का ही दूसरा नाम शरीर का सौन्दर्य है।

तुलसी की सूखी पत्तियों को पीसकर उसका उबटन चेहरे और बदन पर लगाने से सुन्दरता बढ़ती है। अगर मुँहासा, झाईं एवं सफेद दाग आदि से चेहरा कुरूप हो गया हो तो नीचे का प्रयोग जादू का काम कर सकता है:—

ताँबे के पात्र में २४ घंटे तक नींबू का रस पड़ा रहने दे। फिर उसमें उतना ही काली तुलसी का रस और काली कसौंदी का स्स डालकर धूप में रख गाढ़ा करे, तत्पश्चात् लगाए तो कुछ ही दिनों में सारे चर्म-विकार दूर होंगे।

सुबह-शाम नींबू के रस के साथ तुलसी की पत्तियों का रस मिलाकर चेहरे पर मलने से चेहरे पर के काले धब्बे आदि दूर हो जाते हैं और मुख की सुन्दरता बढ़ जाती है।

निषेध

तुलसी की पत्तियाँ खाकर दूध नहीं पीना चाहिये तथा कार्तिक मास में तुलसी की पत्तियों के साथ पान खाना वर्जित है।

तुलसी चिकित्सा

१—मस्तिष्क और नाड़ी-मंडल के रोग

आधासीसी का दर्द—तुलसी की पत्ती को कालीमिर्च के साथ पीसकर उसके रस का नास लेने से आधासीसी का दर्द दूर हो जाता है।

उन्माद—इस रोग में तुलसी की पाँच-सात पत्तियाँ रोज खाने, उसके रस का नास लेने तथा रस को ही सारे शरीर पर मलने से बड़ा लाभ होता है।

अनिद्रा—रोगी जिस बिस्तर पर सोता हो उस पर के तकिये के नीचे तुलसी की ५१ पत्तियाँ गिनकर रख दे, पर इस कृत्य की खबर रोगी को न होने दे। इससे अनिद्रा रोग दूर होकर रोगी को अच्छी नींद आने लगेगी।

मिरगी-मूर्च्छा—तुलसी की पत्तियों के रस में जरा-सा सेंधा नमक मिलाकर नाक में छोड़ने से मूर्च्छा दूर हो जाती है। हरे पत्तों को पीसकर रोज शरीर पर उबटन करने से मिरगी रोग दूर होता है।

मस्तिष्क की गर्मी—तुलसी की पाँच-सात पत्तियों और

तीन-चार बादामों को तीन-चार कालीमिर्चों के साथ ठंढाई की तरह रगड़ कर एक गिलास रोज सुबह खाली पेट पीने से २१ दिनों के अन्दर मस्तिष्क की गर्मी दूर हो जाती है, साथ ही मस्तिष्क की शक्तियाँ बलवती भी हो जाती हैं।

बुद्धिहीनता—तुलसी की पत्तियों के आधी छटाँक रस को संतरा आदि किसी फल-रस के साथ रोज पीने से कुछ ही दिनों में बुद्धि बड़ी प्रखर हो जाती है।

अज्ञानता—तुलसी के रस को शरीर पर रोज मले। इससे एक प्रकार की बिजली प्रवाहित होकर मस्तिष्क में ज्ञान का संचार कर देगी।

चक्कर आना—तुलसी के रस में शुद्ध मधु मिलाकर पीने से चक्कर आना दूर हो जाता है।

स्नायु-पीड़ा—तुलसी के थोड़े से बीजों को पानी में पीसकर कुछ दिनों तक पीने से स्नायु-शूल दूर होता है।

सिर-दर्द—तुलसी के रस को ललाट और कनपटियों पर मले या लेप करे तथा साये में सुखाई हुई तुलसी की पत्तियों की सुँघनी सूँघे। तुलसी का रस १ माशा नाक में टपकाने से भी सिर दर्द चला जाता है।

पुराना सिर दर्द—तुलसी की पत्तियाँ २५, सफेद मिर्च १, और तुरियाँ १०, इन तीनों को पीसकर रस निकाले और उसी का नास ले।

गृध्रसी (साइटिका) आदि नाड़ी-विकार—तुलसी की

पत्तियों को पानी के साथ उबाले। जब उसमें से भाप निकलने लगे तो उस भाप से आक्रान्त स्थान को रोज १० मिनट तक सेंके।

लकवा—तुलसी की पत्तियों को गरम पानी में डालकर उबाले और उसी पानी से लकवा लगे अंग को मल मल कर धोवे।

बेहोशी—तुलसी की पत्तियों का रस पिलाने से बेहोशी तत्काल दूर होजाती है।

जुकाम का सिर-दर्द—एक माशा तुलसी की मंजरी के साथ दो छोटी इलायची के दाने मिलाकर उसकी चाय पीने से जुकाम और उससे उत्पन्न हुआ सिर-दर्द दोनों दूर हो जाते हैं।

२—पेट के रोग

वमन—तुलसी के रस में शहद मिलाकर चाटने से साधारण वमन शान्त हो जाता है। वमन के कठिन रोग में नीचे का योग काम में लाना चाहिये:—

तीन माशा तुलसी की सूखी पत्तियों को धीमी आँच से तवे आदि पर गरम कर लेवे। इसके बाद उसमें ३ रत्ती छोटी इलायची, ३ रत्ती दालचीनी, ३ रत्ती लौंग, ३ रत्ती मुलेठी मिलाकर १० तोले खूब खौलते हुए पानी में डालकर दो मिनट बाद आग पर से उतार ले। तत्पश्चात् दूध और गुड़ आवश्यकतानुसार, मिलाकर चाय की तरह काम में लावे।

ज्वर का वमन—शहद के शरबत में तुलसी का रस

मिलाकर पीने से ज्वर के वमन में लाभ करता है। तुलसी के पत्तों के रस में दालचीनी का चूर्ण मिलाकर देने से भी वमन शान्त हो जाता है। तुलसी के बीजों को पीसकर गौ के दूध के साथ पीने से भी वमन की निवृत्ति हो जाती है। तुलसी का पत्ता, बेर की गुठली और खाँड तीन-तीन माशा, काली-मिर्च १ माशा, पानी के साथ रगड़कर बेर जितनी बड़ी गोलियाँ बना ले और सेवन करे तो वमन का वेग दूर हो।

वात-पित्त का वमन—तुलसी की पत्तियों के रस में छोटी इलायची की महीन बुकनी मिलाकर पिलाने से वात-पित्त का वमन शान्त होता है।

तृषा—पेट रोग के आरम्भ में जो वमन का इलाज बताया गया है वही इलाज तृषा रोग में गुण करता है।

तुलसी की मंजरी, सोंठ, पीपल, द्राक्षा, लौंग, पान का डंठल, दालचीनी और छुहारा एक-एक तोला लेकर ६ माशे का क्वाथ बना ले और सेवन करे तो अधिक प्यास लगना बंद हो।

बढ़ी हुई तिल्ली—सूखी तुलसी की पत्तियों का चूर्ण ६ माशा तथा इन्द्रजौ का चूर्ण ६ माशा लेकर मिला ले और सेंधे नमक के साथ सेवन करे तो बढ़ी हुई तिल्ली अपनी स्वाभाविक अवस्था में आवे।

पेट की पीड़ा—तुलसी और अदरक का रस मिलाकर

छोटे चम्मच भर दिन में दो-तीन बार गरम-गरम पीने से पेट की पीड़ा शान्त होती है।

पेट में कीड़ा—तुलसी के ११ पत्तों को १ माशा बायबिडंग के साथ रगड़ कर उसकी दो गोलियाँ बनावे और सुबह-शाम १-१ गोली ताजे पानी के साथ सात दिनों तक खावे तो पेट के कीड़े नष्ट हों।

पित्त-विकार—दोनों समय तुलसी की पत्तियों का रस कुछ दिनों तक पीने से पित्त-विकार दूर होता है।

आमाशय-शूल—इस रोग में तुलसी की चाय से बड़ा लाभ होता है।

पार्श्व-वेदना—इस रोग में तुलसी की पत्तियों का रस, अदरक का रस तथा पोहकरमूल, तीनों मिलाकर गरम-गरम और गाढ़ा-गाढ़ा आक्रान्त स्थान पर लगावे। लाभ होगा।

अपच—तुलसी की पत्तियों को पीसकर पीने से मनुष्य की पाचन-शक्ति तीव्र होती है।

अजीर्ण और मन्दाग्नि—१ तोला तुलसी का रस, १ तोला सोंठ, दो तोला पुराना गुड़, सबको एक में मिलाकर बेर के बराबर गोलियाँ बनावे तथा सुबह, दोपहर और शाम एक-एक गोली जल के साथ खावे तो अजीर्ण और मन्दाग्नि जाय।

अजीर्ण में तुलसी के ताजे पत्तों का एक तोला रस रोज पीना भी लाभ करता है।

तुलसी के पत्तों के रस में ५ कालीमिर्चों का चूर्ण मिलाकर शहद के साथ चाटने से भी मन्दाग्नि दूर होती है। तुलसी की पत्तियों के रस में केवल शहद मिलाकर पीने से भी वही लाभ होता है।

कोष्ठबद्धता—तुलसी की चाय पीने से दस्त साफ आने लगते हैं।

बवासीर—इसमें तुलसी की पत्तियों को खाने तथा उसके रस को मस्सों पर लगाने से लाभ होता है। तुलसी के बीजों को दिन में दो बार खाने से भी बवासीर अच्छी हो जाती है।

यकृत-दोष—तुलसी की पत्तियों के खाने तथा उसके रस की मालिश करने से यकृत-विकार दूर होते हैं।

हैजा—तुलसी की पत्तियों और कालीमिर्च की गोली बनाकर तीन-तीन घंटे पर एक-एक गोली खिलाने से हैजे में लाभ होता है।

आमाशय से रक्त-स्राव—तुलसी की जड़ का चूर्ण पान में डालकर चबाने से आमाशय का रक्त-स्राव बंद हो जाता है।

अतिसार—तुलसी के बीजों को चार-पाँच माशे की मात्रा में लेने से अतिसार में लाभ होता है।

रक्तातिसार—तुलसी का बीज ३ माशा रात को ५ तोले पानी में भिगो देना चाहिये और प्रातःकाल छानकर पी जाना चाहिए। इससे रक्तातिसार अच्छा हो जाता है।

आमातिसार—तुलसी की चाय में घी में तला हुआ सौंफ

का चूर्ण और मिश्री मिलाकर पीने से आमातिसार अच्छा हो जाता है।

मरोड़ के साथ पेचिश—तुलसी की जड़ का चूर्ण देशी शक्कर के साथ खाने से मरोड़ वाली पेचिश अच्छी हो जाती है।

३—त्वचा के रोग

साधारण चर्म-रोग—नींबू के रस के साथ तुलसी की पत्तियों का सेवन रोज सुबह-शाम करने से साधारण चर्म-रोग मन्त्रवत दूर होजाते हैं। तुलसी की जड़ की मिट्टी को समूचे शरीर पर मलकर थोड़ी देर तक रहने देने का बाद नहा लेने से भी चर्म-रोग दूर हो जाते हैं।

गलित कुष्ठ—कुष्ठ-रोग के आरम्भ होते ही यदि तुलसी की पत्तियों का सेवन शहद के साथ नियमित रूप से किया जाय तो वह बढ़ने नहीं पाता और धीरे-धीरे अच्छा होजाता है। पर कठिन रोग में एक वर्ष तक नियमित रूप से तुलसी के रस में थोड़ा-सा गोमूत्र मिलाकर सुबह-शाम पीना और उसी की मालिश सारे शरीर में करनी आवश्यक है। तुलसी की जड़ का चूर्ण सोंठ के थोड़े से चूर्ण के साथ प्रातःकाल खाकर ऊपर से गरम पानी पी लेने से भी कुष्ठ-रोग अच्छा होजाता है।

सफेद कोढ़—तुलसी की जड़ की मिट्टी तथा उसके पत्ते खूब महीन पीसकर सफेदी की जगह पर लगाना चाहिए और तुलसी के पाँच-सात पत्तों को रोज सुबह, शाम और दोपहर चबाकर खाना चाहिए।

दाद—तुलसी के रस में सेंधा नमक और थोड़ा-सा नींबू का रस घोलकर लगाने से दाद अच्छा होजाता है। तुलसी के दो तोले पत्तों के साथ एक कली लहसुन पीसकर लगाने से भी दाद दूर होजाता है। केवल तुलसी की पत्तियों को दाद पर रगड़ने से भी लाभ होता है। तुलसी की पत्तियों को नींबू के रस के साथ पीसकर लगाने से भी दाद आराम होता है, तथा तुलसी की पत्तियों को शुद्ध मिट्टी के साथ पीसकर गीला-गीला लगाने से भी। तुलसी की पत्तियों के रस को गाय के घी और चूना के साथ काँसे के बर्तन में घोट कर दिन में २-३ बार दाद पर लगाने से दाद जरूर अच्छा हो जाता है।

खुजली—इस रोग में तुलसी के पत्तों के रस की मालिश तथा उसके पीने से अत्यन्त लाभ होता है। तुलसी के तेल की मालिश से भी लाभ होता है। तुलसी और नींबू का रस मिलाकर लगाने से भी खुजली अच्छी हो जाती है। साथ-ही-साथ तुलसी की कुछ पत्तियाँ और माजूफल रोज खाना भी चाहिए।

सब प्रकार के फोड़े—फोड़ों पर तुलसी के पत्तों को पीसकर लगाने से वे शीघ्र अच्छे हो जाते हैं। तुलसी का तेल लगाने से सभी प्रकार के फोड़े जैसे पीपवाले, कारबंकल तथा गर्मी (उपदन्श) के घाव साथ अच्छे हो जाते हैं।

बद—तुलसी और रेंड़ के पत्तों को सम भाग लेकर पीस ले। उसके बाद उसमें जरा सा सेंधा नमक और दो-एक

कालीमिर्च का चूर्ण मिलाकर बद या गाँठ पर बाँध दे तो वह बैठ जायगी।

कँखौरी—तुलसी के रस में पीपल की छाल को घिस कर लगाने से कँखौरी-फोड़ा शान्त होजाता है।

घाव—घाव पर तुलसी के बीजों को पीसकर बाँधे या तुलसी की पत्तियों का ताजा रस लगावे, या सूखी तुलसी की पत्तियों का चूर्ण घाव में भर दे, या यदि घाव से रक्त भी बहता हो तो, तुलसी की पत्तियों को पीसकर उसपर लेप करें। तुलसी की सूखी-सूखी पत्तियों की बुकनी घाव पर छिड़कने से भी वह शीघ्र भर जाता है।

घाव में कीड़ा पड़ना—तुलसी की सूखी पत्तियों का चूर्ण घाव में भर देने से कीड़े साफ होजाते हैं।

मुख में छाले—तुलसी और चमेली या केवल तुलसी की पत्तियों को चबाने से मुख के छाले अच्छे होजाते हैं। इससे ओठ, जीभ आदि पर पड़े हुए छाले भी अच्छे होजाते हैं।

४—हृदय, रक्त और फेफड़ों के रोग

मलेरिया—मलेरिया ज्वर की तुलसी खास लाभ ओषधि है। जिस स्थान पर मलेरिया का प्रकोप अधिक हो उस स्थान के रहने वाले यदि तुलसी की पाँच-सात पत्तियाँ रोज नियमित रूप से चबा लिया करें तो उन्हें मलेरिया ज्वर अथवा किसी प्रकार के ज्वर का आक्रमण कभी नहीं होसकता।

मलेरिया ज्वर को भगाने के लिये दो-चार पत्तियों को

कालीमिर्च के साथ घोट कर गर्मी के दिनों में शहद के साथ चाटना चाहिए, और जाड़े के दिनों में कालीमिर्च, अदरक, चोकर तथा जरा-से नमक के साथ उबाल कर और छानकर पीना चाहिए।

तुलसी की पत्तियों का रस एक तोला और अदरक का रस ६ माशा एक साथ मिलाकर पीने से भी मलेरिया ज्वर चला जाता है।

तुलसी की पत्ती ७, बेल की पत्ती ३, हरसिंगार की पत्ती १ और ३ दाना कालीमिर्च पीसकर दिन में तीन बार सेवन करने से मलेरिया ज्वर अच्छा होजाता है।

कालीमिर्च १ तोला, तुलसी के पत्ते २ तोले, करैले के पत्ते २ तोले और कुटकी चार तोले ले। मिर्च और कुटकी को पीसकर खरल में डालकर घोट ले। फिर उसमें करैले और तुलसी के पत्तों को डालकर खूब घोटें और मटर के बराबर गोलियाँ बना ले। ज्वर चढ़ने के पहले या सुबह-शाम २-२ गोलियाँ ठंढे जल के साथ सेवन करे। इससे मलेरिया आदि ठंढ देकर आने वाले ज्वर शर्तिया चले जाते हैं। इससे दस्त भी खुलासा होता है।

तुलसी की ६ पत्तियों और २ काली मिर्चों को एक तोला जल में पीसकर सुबह-शाम पीने से जड़ुआ ज्वर दूर हो जाता है।

तीन माशा तुलसी की पत्तियों का रस २ कालीमिर्चों

के चूर्ण के साथ चाटे, ऊपर से गरम जल पीवे तो अँतरिया ज्वर जाय। तुलसी की सूखी जड़ को काले धागे में रोगी के गले में बाँधने मात्र से भी अँतरिया ज्वर चला जाता है।

तुलसी की पत्तियों का एक तोला रस मधु मिलाकर पीने से मलेरिया ज्वर दूर हो जाता है।

तुलसी की जड़ का काढ़ा पीने से मलेरिया और विषम ज्वर दूर होता है।

काली तुलसी का रस और काली मिर्च का चूर्ण एक साथ मिलाकर सेवन करने से विषमज्वर चला जाता है तथा तुलसी की पत्तियों के एक तोले रस में मिर्च का चूर्ण और शहद मिलाकर लेने से भी।

चेचक ज्वर—तुलसी की मंजरी एक तोला, मेथी एक तोला, कूट तीन माशा, तीनों को चौगुने जल में उबाले। जब चौथाई रह जाय तब छान कर रोगी को पिलावे।

रोज आने वाला ज्वर—तुलसी और पोदीना की पत्तियों का काढ़ा पीने से रोज आने वाला ज्वर चला जाता है।

पुराना-ज्वर—तुलसी की पत्तियों के साथ कालीमिर्च और सोंठ का सेवन करने से पुराना ज्वर अच्छा होजाता है। तुलसी की पत्तियों का रस मिश्री मिलाकर लेने से भी वही लाभ होता है।

कास-समेत ज्वर—तुलसी की पत्ती ११ और कालीमिर्च ९ दाना लेकर और दोनों को पानी में पीस कर और छान

कर रखो। अब एक मिट्टी के प्याले को आग में रखकर लाल करो। तत्पश्चात् उसमें उस छने तुलसी के रस को डाल कर छौंक लो। उस छौंके हुए तुलसी के रस को कुछ दिनों तक पीने से कास समेत ज्वर नष्ट होजाता है।

साधारण ज्वर—तुलसी पत्र छः माशा, काली मिर्च ४ नग, पीपर १ नग। सबको पानी में पीसकर और शहद मिलाकर पीने से साधारण ज्वर दूर होजाता है। तीन माशा तुलसी की पत्तियों का केवल रस प्रातः, दोपहर और सायं काल पीने से भी साधारण ज्वर शीघ्र चला जाता है। तुलसी की जड़ का काढ़ा पिलाने से भी साधारण ज्वर चला जाता है।

राजयक्ष्मा-ज्वर—तुलसी की दो-चार पत्तियों को काली मिर्च के साथ घोट कर गर्मी के दिनों में शहद के साथ चाटने और जाड़े के दिनों में उन्हें काली मिर्च, अदरक, चोकर और जरा-सा नमक के साथ उबाल कर और छान कर पीने से राजयक्ष्मा-ज्वर में लाभ होता है।

प्लेग-ज्वर—तुलसी की पत्तियों को काली मिर्च और मधु के साथ खाने तथा पत्तियों को पीसकर गिल्टी पर बाँधने से प्लेग में लाभ होता है। तुलसी की पत्तियों को मिर्च और मिश्री के साथ खाने तथा तुलसी की पत्तियों का रस शरीर पर लगाने से भी प्लेग दूर होता है।

सन्निपात-ज्वर—तुलसी पत्र, बेल पत्र, पीपल पत्र एक-एक छटाँक लेकर कूट ले और एक सेर जल में पकावे। जब

६ छटाँक रह जाय तो मल कर छान ले। ढाई तोला यह रस दो-दो घंटे के अन्तर से देने से सन्निपात-ज्वर दूर होजाता है।

फसली-ज्वर—तुलसी पत्र १७, कालीमिर्च ३, काला जीरा १ माशा, काला नमक ५ माशा। इन सबको एक छटाँक जल में पीसकर, छान कर और गरम करके पीने से फसली-ज्वर दूर होता है।

जुकाम से उत्पन्न-ज्वर—तुलसी पत्र का रस मधु के साथ चाटने से जुकाम से उत्पन्न ज्वर में विशेष लाभ होता है। पुरुषों और स्त्रियों को तीन चम्मच भर और बच्चों को एक चम्मच भर यह रस देना चाहिए।

इन्फ्लुएञ्जा-ज्वर—१ तोला तुलसी की पत्तियों को पाव भर जल में उबाले। जब आधा पाव रह जाय तो उसमें जरा-सा सेंधा नमक छोड़ कर चाय की तरह गरम-गरम पीने से इन्फ्लुएञ्जा-ज्वर दूर हो जाते हैं।

सब प्रकार के ज्वर—तुलसी पत्र, चिरायता, नीम का गाभा, (सींक) और कंजा की मींगी। इन सबके क्वाथ या रस के सेवन से सब प्रकार के ज्वर दूर हो जाता है।

तुलसी पत्र ५ तोला काली मिर्च और पीपर १-१ तोला शुद्ध शिंगरफ ६ माशा, सुहागा फूला ६ माशा, शुद्ध बच्छनाग १ तोला। सब को पीस-छान एवं तुलसी के रस में खरल कर मूँग के बराबर गोलियाँ बना लेनी चाहिए। रोगी का बला-बल विचार कर एक या दो गोली ताजे जल के साथ तीन-तीन

घंटे पर देना चाहिए। इससे सभी प्रकार के ज्वर चले जाते हैं।

एक तोले तुलसी की पत्तियों के ताजे रस में एक माशा काली मिर्च का चूर्ण मिला कर प्रातःकाल पी लेने से भी सभी प्रकार के ज्वरों में लाभ होता है।

काली मिर्च के चूर्ण को तुलसी की पत्तियों के रस में भिगोकर छाया में सुखावे। सूख जाने पर पुनः भिगोवे और सुखावे। ऐसे ही सात बार करे। अंत में चने के बराबर गोलियाँ बना लेवे और ज्वर आने से ३ घंटा पहले घंटे-घंटे पर १-१ गोली गरम पानी से दे तो सब प्रकार के ज्वर में लाभ हो।

खाँसी—तुलसीदल के काढ़े में शहद और गाय का दूध मिलाकर पीने से खाँसी दूर हो जाती है।

काली तुलसी का रस मधु के साथ चाटने से कफजनित खाँसी में लाभ होता है।

तुलसी की पत्तियों के रस में कालीमिर्च का चूर्ण मिला-कर चाटने से भी कफसहित खाँसी दूर होती है।

तुलसी और एरन्ड (रेड़ी) के पत्तों का क्षार (राख) मधु मिलाकर चाटने से खाँसी दूर होती है।

६ माशा तुलसी के रस में ४ दाना बड़ी इलायची का चूर्ण मिलाकर मधु के साथ चाटने से कफ छँट कर खाँसी दूर हो जाती है।

अड़ूसा और तुलसी की पत्तियों का रस बराबर-बराबर मिलाकर पीने से खाँसी चली जाती है।

तुलसी की मंजरी को अदरक के रस में मिलाकर शहद के साथ खाने से लाभ होता है।

तुलसी की हरी पत्तियाँ दो तोले और गुलाबी फिटकरी चार तोले लेकर खरल में खूब घोटे और कालीमिर्च के बराबर गोलियाँ बनाकर छाया में सुखा ले। एक-एक गोली प्रातः सायं शहद के साथ सेवन करे तो कब्जजनित खाँसी दूर हो।

खाँसी में तुलसी की चाय बड़ा लाभ करती है।

तीन माशा तुलसी की पत्तियों को धीमी आँच से तवे आदि पर गरम कर लेवे। फिर उसमें ३ रत्ती छोटी इलायची, ३ रत्ती दालचीनी, ३ रत्ती लौंग, ३ रत्ती मुलेठी मिलाकर १० तोले खूब खौलते हुए पानी में डालकर दो मिनट बाद आग पर से उतार ले। तत्पश्चात् दूध और गुड़ आवश्यकतानुसार मिलाकर चाय की तरह काम में लावे तो खाँसी जाय।

तुलसी के फूल और सोंठ का चूर्ण समभाग लेकर उसमें प्याज का रस और मधु मिलाकर चाटने से सूखी खाँसी दूर होती है।

शहद और काली तुलसी का रस एक साथ मिलाकर खाने से तर खाँसी दूर होती है।

सर्दी-जुकाम—तुलसीदल के रस में अदरक का रस मिलाकर चाटने से सर्दी-जुकाम दूर होता है।

तुलसीदल के काढ़े में शहद और गाय का दूध मिलाकर पीने से सर्दी-जुकाम में लाभ होता है।

जुकाम होने पर यदि नाक से दुर्गन्धयुक्त स्राव होता हो तो तुलसी की सूखी पत्ती की सुँघनी लेनी चाहिए।

जुकाम के साथ यदि छाती में दर्द और जकड़न भी हो तो तुलसी की सूखी पत्ती ३ माशा और १ माशा अदरक के मिश्रण की चाय बनाकर पीनी चाहिए।

एक माशा तुलसी की मंजरी के साथ दो छोटी इलायची के दाने मिलाकर उसकी चाय पीने से बराबर रहने वाला जुकाम दूर हो जाता है।

तुलसी के बीज, गिलोय, सोंठ और कटेली की जड़ बराबर-बराबर लेकर पीस लें और कपड़छान कर लें। ४ रत्ती की मात्रा से इसे सेवन करने से खाँसी, कफ और छाती में कफ का जमना सब दूर हो जाते हैं।

निमोनिया—तुलसी की हरी पत्तियों का रस कालीमिर्च के साथ पीसकर और उसका रस निचोड़ कर पिलाने से निमोनिया में लाभ होता है।

पीलिया रोग—तुलसी की पत्तियों का रस १ तोला, मूली का रस ४ तोला मिलाकर गुड़ के साथ पिलाने से पीलिया रोग दूर हो जाता है।

५—जननेन्द्रिय सम्बन्धी रोग

मूत्र-दाह—दूध और पानी सम भाग लाकर उसमें दोनों का आठवाँ भाग तुलसी की पत्तियों का रस मिलावे और रोगी को पिलावे तो मूत्र-दाह जाय।

प्रमेह—६ माशा काली तुलसी की पत्तियों का रस और ६ माशा दूब का रस शहद में मिलाकर १५ दिनों तक खाने से प्रमेह-रोग आराम होजाता है। तुलसी की जड़ के चूर्ण को रात को जल में भिगो दे। प्रातःकाल छानकर पीवे तो सात दिनों के भीतर प्रमेह दूर हो।

स्त्रियों का प्रदर—२ तोला तुलसी की पत्तियों का रस चावल के माँड़ के साथ सेवन करने से प्रदर रोग में लाभ होता है। पथ्य दूध-भात या केवल भात।

प्रसव-काल में तीव्र वेदना—जिस स्त्री को प्रसव-काल में तीव्र वेदना होती हो वह यदि तुलसी की पत्तियों का रस सेवन करे तो उसे उस दुःख से नजात मिल सकती है।

तुलसी के बीजों को कुछ देर तक जल में भिगो दे। जब सारा जल लुआबदार हो जाय तब उसे यों ही या मिश्री मिलाकर पिलावे। इससे प्रसव के समय तथा उसके बाद होने वाली वेदना, दोनों में लाभ होता है।

मूत्रकृच्छ्र—तलसी के बीजों को जल में भिगोकर उसका लुआबदार जल पीने से मूत्रकृच्छ्र रोग दूर होता है।

सभी मूत्र-सम्बन्धी रोग—तुलसी के रस के साथ नींबू

का रस मिलाकर पीने से मूत्र के लगभग सभी रोगों में लाभ होता है।

नया सूजाक—तुलसी की पत्तियों के रस में मधु मिलाकर पीने से नया सूजाक दूर हो जाता है।

पुराना सूजाक—तुलसी की पत्ती, गुरुच और गुड़ एक साथ पीसकर ७ दिनों तक खाय और ऊपर से गाय का ताजा दूध काफी मात्रा में पीवे तो पुराना सूजाक जाय।

तुलसी के बीजों को शाम को जल में भिगो दे। प्रातः काल उन्हें पीसकर और छानकर कुछ दिनों तक सेवन करे तो प्रमेह, सूजाक, मूत्रकृच्छ्र तथा मूत्र-नली का दाह सभी दूर हो जायँ।

गर्मी—तुलसी की पत्तियों का रस १ तोला और गुल्लर की ताड़ी ४ तोला लेकर मिलावे, और जीरा और मिश्री डालकर ७ दिन पीवे तो गर्मी (आतशक) रोग दूर हो।

गर्भ न ठहरे—बहुत बच्चों वाली कोई स्त्री यदि चाहे कि उसे गर्भ न ठहरे तो वह तुलसी की पत्तियों का एक प्याली काढ़ा प्रतिमास रजोदर्शन के बाद तीन दिन तक पीवे। ऐसा करने से गर्भ ठहरने की सम्भावना बहुत कम रह जाती है।

गर्भ ठहरे—तुलसी के बीजों को पानी के साथ पीसकर मासिक धर्म के दिनों में तीन दिन तक पीवे। ऐसा करने से गर्भाशय शुद्ध होकर गर्भ ठहर जावेगा।

स्त्रियों के दूषित दूध में—तुलसी और मकई के पत्तों का रस दो-दो तोले, अश्वगंधा का रस एक तोला, शहद एक तोला सबको मिलाकर ७ दिन तक सेवन करने से बच्चेवाली स्त्रियों का दूषित दूध शुद्ध हो जाता है।

गर्भावस्था में पेट और पेंड़ू की दरारों की खुजली—तुलसी की पत्तियों को पीसकर दरारों पर मलने से दरारों की खुजली मिट जाती है।

नपुंसकता—तुलसी के बीजों में नपुंसकता-निवारण की अद्भुत शक्ति होती है। उनके सेवन से धातु का पतलापन दूर होकर वह गाढ़ा हो जाता है और बढ़ता भी है। इसके लिए तुलसी के बीजों या जड़ के चूर्ण को समान भाग पुराने गुड़ के साथ तीन माशा की मात्रा में ४० दिन तक सुबह-शाम गाय के धारोष्ण दूध के साथ सेवन करना चाहिए। इस प्रयोग से नपुंसकता तो दूर हो ही जायगी, साथ ही मनुष्य अकाल में ही आनेवाली वृद्धावस्था से भी बहुत काल तक बचा रह सकता है।

वीर्य बढ़ाने के लिए १८ ग्रेन तुलसी का बीज ३६ ग्रेन पुराने शीरे (Molasses) में मिलाकर सुबह-शाम गाय के ताजे दूध के साथ सेवन करना चाहिए।

निर्बल वीर्य—तुलसी के बीज ५ तोला, पोस्ता के डोंडे ४ तोला, गोखुरू ५ तोला, कौंच के बीज ३ तोला, मूसली ४ तोला और मिश्री ६ तोला। सबको कूट और कपड़छान

कर दस रत्ती की मात्रा में सेवन करने से वीर्य की निर्बलता दूर होती है।

स्वप्नदोष—रात को सोते समय काली तुलसी का एक तोला बीज जल के योग से फाँक लेने से या तुलसी की जड़ को घोटकर पीने से स्वप्नदोष की बीमारी दूर हो जाती है। काली तुलसी की जड़ और एक माशा काली मिर्च, दो-तीन दिनों तक सेवन करने से स्वप्नदोष-जनित शुक्रक्षय और दुबलेपन में बड़ा लाभ होता है।

वीर्य-दोष—तुलसी के बीज ४ माशा पाव भर जल में भिगो दे। लुआब बन जाने पर मिश्री मिलाकर पीवे तो ४० दिन में सभी प्रकार का वीर्य-दोष दूर हो जायगा।

मूत्र बंद—यदि किसी का पेशाब होना बंद हो जाय तो उसे तुलसी के बीजों का शरबत पिलाने से वह खुल जायगा।

स्तम्भन—तुलसी के ३ रत्ती बीजों को या एक माशा जड़ के चूर्ण को पान में रखकर सेवन करने से और ऊपर से गाय का दूध पीने से बल की वृद्धि होती है और स्तम्भन भी होता है।

योनि भ्रंश—तुलसी के बीज और नई आमा हल्दी समभाग में पीसकर योनि में छिड़कने से योनि-भ्रंश ठीक होजाता है।

धातुक्षीणता—तुलसी की जड़ के चूर्ण को रात को पानी में डालकर रख दे। सुबह उसी पानी को छानकर पीवे तो धातुक्षीणता दूर हो।

६—आँख के रोग

माँड़ा, नाखूना, रोहा, निनावाँ—एक लौंग को तुलसी की पत्तियों के साथ पीसकर उसका रस निचोड़ ले और आँख में टपकावे तो ये रोग दूर हों ।

आँख का लाल होना—तुलसी की पत्तियों का रस शुद्ध शहद के साथ मिलाकर आँखों में टपकावे या तुलसी की पत्तियों के रस से आँखों को आँजे तो आँखों की लाली दूर हो ।

बिलनी (गुहेरी)—तुलसी की पत्तियों के रस में निर्वसी, लौंग, छोटी हड़, अरहर या जौ घिसकर लगाने से बिलनी अच्छी हो जाती है ।

रतौंधी—काली तुलसी की पत्तियों का रस दो-दो बूंद नेत्रों में १४ दिन तक डालने से रतौंधी दूर हो जाती है ।

काली मिर्च के ऊपर की छाल को निकालकर उसकी बुकनी बनावे और उसे तुलसी की पत्तियों के रस में मिलाकर गोलियाँ बना ले । इस गोली को शहद में घिसकर शाम को नेत्रों में आँजे तो दो-तीन दिन में ही रतौंधी दूर हो ।

अंधापन तथा सब प्रकार के नेत्र-रोग—तुलसी और बेलपत्र का रस समभाग तथा दोनों के बराबर स्त्री का दूध लेकर तीनों को काँसे के बर्तन में लोहे से खूब घोटे । फिर एक पहर ताँबे के घोटने से घोटे । जब काजल के समान होजाय तो उससे आँखों को आँजे, इससे सारे नेत्र-रोग दूर हो जाते हैं ।

उपर्युक्त रसों और स्त्री के दूध के मिश्रण को केवल ताँबे के पात्र में खरल करके फिर त्रिफला के चूर्ण को लोहे के पात्र में पीस घृत मिला तत्पश्चात् सबको एकत्र कर रात्रि को भोजन करने के बाद नित्य एक मास तक पीने से अंधा भी देखने लगता है ।

७—कान के रोग

कान का दर्द—तुलसी की पत्तियों का रस गरम करके कान में टपकाने से कान का दर्द बंद हो जाता है । तुलसी की पत्तियों के रस में कपूर मिलाकर कान में छोड़ने से भी कान का दर्द अच्छा हो जाता है ।

कान का बहना—तुलसी की पत्तियों के रस में कपूर मिलाकर कान में छोड़ने से कान के बहने में भी लाभ होता है । कान से पीब आता हो तो मकई के पत्तों का रस और तुलसी की पत्तियों के रस में कपूर मिलाकर कान में छोड़ने से पीब आना बंद होता है ।

बहरापन—तुलसी की पत्तियों के रस को सुबह-शाम कान में छोड़ते रहने से कुछ ही दिनों में बहरापन दूर हो जाता है ।

कान की सूजन—मंजरी सहित तुलसी की पत्तियों के रस को कान में टपकाने से कान की सूजन में लाभ होता है ।

कान का पक जाना—काली तुलसी की पत्तियों का रस

और भँगरा का रस मिलाकर कान में टपकाने से कान के पकने में लाभ करता है।

कनपटी के पीछे सूजन—तुलसी की पत्ती और एरण्ड के कोयले को बराबर-बराबर लेकर और पीसकर तथा उसमें जरा-सा सेंधा नमक मिलाकर गरम-गरम लेप करने से कनपटी के पीछे की सूजन में लाभ होता है।

सब प्रकार के कर्ण रोग—तुलसी और मकई के पत्तों का रस ५ दिन तक कान में छोड़ने से सब प्रकार के कर्ण-रोग दूर होते हैं। तुलसी और नीम के रस में शहद मिलाकर कान में डालने से भी वही लाभ होता है।

८—नाक के रोग

पीनस रोग—तुलसी की पत्तियों के रस में रत्ती भर कपूर मिलाकर नास लेने से तीन-चार दिन में ही नाक के कीड़े गिर जाते हैं और सात दिन में पीनस रोग बिल्कुल अच्छा हो जाता है। केवल तुलसी की पत्तियों का रस दिन में कई बार नाक में टपकाने एवं सूखी पत्तियों की सुँघनी सूँघने से भी पीनस रोग में लाभ होता है।

नाक में फुड़िया—तुलसी की पत्तियों का रस नाक में टपकाने या केवल तुलसी की पत्तियों को सूँघने से नाक की फुड़िया आराम हो जाती है।

९—दाँत के रोग

दाँत का दर्द—तुलसी की पत्तियों के साथ अदरक को दाँतों

के नीचे रखकर दबाने से दाँत का दर्द दूर हो जाता है। तुलसीदल और काली मिर्च को एक साथ पीसकर उसकी गोलियाँ बना दाँत के नीचे रखने से भी दन्त-पीड़ा में लाभ होता है।

दाँत में कीड़ा—तुलसी के रस में थोड़ा कपूर मिलाकर और उसमें रुई भिगोकर पीड़ित स्थान पर रखने से कीड़े मर जाते हैं। वन-तुलसी की पत्तियों का रस कान में डालने से भी दाँत के कीड़े मरकर गिर जाते हैं।

मसूढ़ों की पीड़ा—तुलसी और चमेली की पत्तियों को चबाने से मसूढ़ों की पीड़ा दूर हो जाती है।

सब प्रकार के दन्त-रोग—तुलसी की सूखी पत्ती १ तोला, जटामांसी १ माशा, अकरकरा ६ माशा, सेंधानमक ६ माशा, भुनी सुपारी ६ माशा, रूमी मस्तगी १ तोला, बादाम के छिल्के की राख एक तोला, इलायची छोटी ३ माशा। सबको चूर्ण करके कपड़छान कर लें। इस मंजन से दाँत के सारे रोग दूर हो जाते हैं और दाँत मोती की तरह चमकने लगते हैं।

१०—विष और विषैले जन्तुओं के काटने पर

सर्प-विष—चरक, सुश्रुत, वाग्भट्ट आदि प्राचीन आचार्यों; भावप्रकाश, योगरत्नाकर आदि के रचयिता मध्यकालीन आचार्यों तथा बापट, राबर्ट्स आदि एवं आधुनिक आयुर्वेद ने तुलसी वृक्ष के प्रत्येक भाग को सर्प-विष के ऊपर उपयोगी

माना है। साँप के काटने के बाद तुरंत एक-दो मुट्ठी (३ या ४ तोले) तुलसी की पत्तियों को चबा लेना चाहिए या जड़ और पत्तों का सोलह गुने पानी में काढ़ा बनाकर ढाई से दस तोले तक पीना चाहिए। साथ ही तुलसी की जड़ को घी या मक्खन में घिसकर या पानी में ही पीसकर काटे हुए स्थान पर, घाव को छुरी आदि से जरा बड़ा करके, लेप कर देना चाहिए। लेप का रंग आरम्भ में सफेद होता है, ज्यों-ज्यों यह लेप जहर खींचता है त्यों-त्यों उसका रंग काला पड़ता जाता है। अतः उसके काला पड़ते ही उस लेप को हटाकर दूसरा लेप चढ़ा देना चाहिए। यह कार्य उस वक्त तक जारी रखना चाहिए जब तक कि लेप का काला पड़ना बंद न हो जाय, क्योंकि यह शरीर के समस्त विष को खींच लिये जाने का लक्षण है। तुलसी का रस मस्तक, कपाल और छाती पर मलना चाहिए। साथ ही केले के पिण्ड (तनें) का रस आधा-आधा औंस ५-५, १०-१० मिनट के अन्तर से पिलाते रहना चाहिए। तुलसी के रस को कानों और आँखों में भी डालते रहना चाहिए। इस प्रकार साँप का काटा हुआ आदमी अवश्य बच जायगा। केले के पिण्ड के रस के अभाव में दो तोला तुलसी की जड़ या पत्ती, एक तोला कालीमिर्च के साथ जल में पीसकर पिलानी चाहिए।

सर्प-विष सिर में व्याप्त हो गया हो तो काली तुलसी की जड़ के चूर्ण का नास देना चाहिए तथा उसे पानी में घिसकर

आँखों में आँजना चाहिए और नाक के नथनों में टपकाना चाहिए।

तुलसी की पत्तियाँ २ तोला और कालीमिर्च १५ दाने पानी में पीसकर आधा-आधा घंटा पर पिलाने तथा पत्तियों और जड़ को पानी में पीसकर काटे स्थान पर लगाने से भी सर्प के काटे में लाभ होता है।

बिच्छू, बर्र आदि का विष—काटे हुए स्थान पर तुलसी की पत्तियों के रस को मलना चाहिए और दो तोला तुलसी की पत्तियों के साथ १५ दाने कालीमिर्च पीसकर पिलानी चाहिए। तुलसी की पत्तियों के रस में नमक मिलाकर या पत्ती व जड़ को पीसकर काटे हुए स्थान पर लगाने से भी वही लाभ होता है।

तुलसी की जड़ को जल में पीसकर उसकी गोली बना लेनी चाहिए। जब बिच्छू काटे तो काटे हुए स्थान पर इस गोली को रगड़ देने मात्र से बिच्छू का विष उतर जायगा।

चूहे का विष—तुलसी की पत्तियों के रस में अफीम खरल करके चूहे के काटे हुए स्थान पर लगाने से चूहे का विष उतर जाता है।

मेढक का विष—तुलसी की पत्तियों व सरसों को थूहर के दूध में पीसकर काटे हुए स्थान पर लेप करने से मेढक का विष दूर हो जाता है।

छछूंदर व मच्छर भगाना—तुलसी का पौधा घर में लगाने से घर में छछूंदर और मच्छर नहीं रहते। तुलसी की पत्तियों के रस को शरीर पर मल लेने से मच्छर नहीं काटते। तुलसी की पत्तियों का काढ़ा बनाकर घर में छिड़कने से मच्छर भाग जाते हैं।

खटमल भगाना—तुलसी की डाल को बिस्तर पर रखने से खाट से खटमल भाग जाते हैं।

संखिया-विष—तुलसी की पत्तियों का चूर्ण और कपूर घी में मिलाकर खाने और ऊपर से काफी दूध पीने से संखिया का विष दूर हो जाता है।

कोई भी विष—किसी भी प्रकार का भी विष पान कर लेने पर यदि विष पीनेवाला पेट भर तुलसी की पत्तियों का रस पीले तो उसके प्राण बच जायँगे।

११—फुटकर रोग

लू—तुलसी की पत्तियों के रस में नमक मिलाकर पीने से लू नहीं लगती लू लग जाने पर तुलसी की पत्तियों के रस का शरबत देशी शक्कर मिलाकर पीना चाहिए।

रक्त-स्राव—तुलसी के रस में मधु मिलाकर पीने से बहता हुआ रक्त रुक जाता है।

चेचक—तुलसीपत्र और अजवाइन को समभाग लेकर

पीस ले और रोज सेवन करे, इससे चेचक में विशेष लाभ होता है।

गले का दर्द—तुलसी की पत्तियों के रस में मधु मिलाकर पीने से गले का दर्द अच्छा हो जाता है।

शोथ—तुलसी की पत्तियों को पीसकर लगाने से शोथ में लाभ होता है। यदि मकोय की पत्ती भी साथ में पी ली जाय तो लाभ शीघ्र होता है।

वात-व्याधि—सफेद तुलसी की पत्तियों के रस की मालिश से वात-व्याधि दूर हो जाती है। तुलसी और मिर्च का चूर्ण गोघृत में मिलाकर चाटने से वातज रोग दूर होते हैं।

बिजली गिरना—तुलसी की जड़ धारण करने से बिजली गिरने का डर नहीं रहता।

नहरुआ—नहरुआ या नाहरू नाम का राजस्थान में एक प्रकार का लम्बा कीड़ा होता है जो मनुष्य के शरीर में प्रविष्ट होकर बड़ा कष्ट देता है। उसे निकालने के लिये तुलसी की जड़ को घिसकर या पत्तियों के रस को नींबू के रस के साथ मिलाकर के नाहरू के मुँह पर शरीर के उस स्थान की सूजन पर लगाना चाहिये। ऐसा करने से नाहरू कीड़ा निकल पड़ेगा। फिर लगावे तो दूसरा नाहरू निकलेगा। इसी तरह बार-बार लगाने से दो-तीन दिनों में शरीर से

सारे नाहरू निकल जायँगे और शरीर नाहरू-रहित हो जायगा।

कोई भी रोग हो—प्रतिदिन तीन रत्ती तुलसी की पत्ती और तीन नग कालीमिर्च सेवन करने से उसमें बड़ा सुधार होता है। अगर स्वस्थ मनुष्य इसका सेवन प्रतिदिन किया करे तो उसे किसी भी रोग के होने की सम्भावना नहीं रहेगी।

१२—बच्चों के रोग

पेट की पीड़ा—तुलसी की पत्तियों का रस और अदरक का रस समभाग लेकर गरम करके पिलाने से पत्तियों के रस में एक-दो रत्ती सोंठ का चूर्ण मिलाकर देने से पीड़ा शान्त होती है।

दस्त खुलासा न होने पर—तुलसी की पत्तियों का रस और पान का रस मिलाकर गरम-गरम पिलाने से बच्चों का पेट फूलना तथा अफरा आदि दूर होकर दस्त खुलासा होने लगता है। तुलसी की जड़ का काढ़ा मिश्री मिलाकर पिलाने या केवल तुलसी की चाय देने से भी वही लाभ होता है। तुलसी का रस एक माशा से ६ माशा तक पिलाने से बच्चों का पेट फूलना शान्त होता है।

निर्बलता—बालक की अवस्थानुसार तुलसी की पत्तियों का रस ५ से १० बूंद तक देशी शक्कर के साथ पिलाने से

निर्बलता दूर होकर बल की वृद्धि होती है। तुलसी की पत्तियों और अदरक के रस को शहद के साथ गरम करके पिलाने से भी दुर्बलता दूर होती है।

पेट की चर्बी—कुछ बालकों के पेट की चर्बी अनावश्यक रूप से बढ़ जाती है। उसको घटाने के लिये तुलसी की जड़ की छाल का चूर्ण कपड़छान करके शहद के साथ चटाना चाहिए।

साँस फूलना—बच्चों की साँस फूलने पर तुलसी की पत्ती और मंजरी को उबाल कर उनका काढ़ा गुड़ के साथ पिलाना चाहिए। तुलसी की पत्तियों का रस १ से ३ माशा तक शहद मिलाकर चटाने से भी साँस फूलने में लाभ करता है। तुलसी की मंजरी, सोंठ और प्याज तीनों को कूटकर शहद में मिलाकर चटाने से भी बच्चों का दम फूलना बंद हो जाता है।

कान में पीड़ा—तुलसी की पत्तियों का कुछ गुनगुना रस कान में टपकाने से कान की पीड़ा मिटती है।

कान बहना—तुलसी और नीम की पत्तियों के रस में शहद मिलाकर बहते हुए कान में डालने से कान का बहना बंद होता है।

दाँत निकलते समय का दस्त—तुलसी की सूखी पत्तियों के एक या दो रत्ती चूर्ण में अनार का शर्बत मिलाकर

पिलाने से बच्चों के दाँत निकलने के समय के दस्त बंद होते हैं।

यकृत-सम्बन्धी रोग—तुलसी की चाय पिलाने से बच्चों के यकृत सम्बन्धी रोग दूर होते हैं।

वमन—प्रातःकाल तुलसी की पत्तियों के रस में शहद मिलाकर चटाने से वमन में लाभ होता है। एक साल के बच्चे को एक रत्ती तुलसी के बीज पीसकर दिन में ३-४ बार पिलाने से भी वमन शान्त हो जाती है।

दस्त कै—तुलसी के बीजों को पीसकर दूध में पिलाने से बच्चों का दस्त-कै ठीक होता है। केवल दस्त आते हों तो भी यही दवा काम में लानी चाहिए। तुलसी की पत्तियों के रस में शहद मिलाकर चटाने से भी दस्त आने बंद हो जाते हैं।

कृमि—तुलसी की पत्तियों का गरम-गरम रस पिलाने से बच्चों के पेट के कीड़े मर जाते हैं।

पसली-चलना—काली तुलसी की पत्तियों के रस में थोड़ा-सा सेंधा नमक मिलाकर देने से कै होकर पसली चलना बंद हो जाता है। इससे अफरा और मल-बद्धता में भी लाभ पहुँचता है।

सर्दी-खाँसी—तुलसी-पत्र का रस १० आना भर, अदरक का रस १२ आना भर, अजवाइन का चूर्ण १२ आना भर,

सबको एक साथ ढाई तोला मधु मिला खरल करके रखें। इसे ३० से ६० बूँद तक बच्चों को सेवन करने से उनकी सर्दी और खाँसी-दूर होती है।

काली (कुकुर) खाँसी—तुलसी पत्र और काली मिर्च बराबर-बराबर पीस कर मूँग के बराबर गोलियाँ बनावे और एक-एक गोली दिन में ३-४ बार खिलावे तो बच्चों की काली खाँसी दूर हो। तुलसी की मंजरी को अदरक के रस में पीसकर मधु मिलाकर चाटने से भी काली खाँसी दूर हो जाती है।

तुलसी की मंजरी आधा तोला, बच आधा तोला, पीपल छोटी आधा तोला, मुलेठी आधा तोला, शक्कर ढाई तोला। पाँचों वस्तुओं को एक साथ आधा सेर जल में औटावे। जब आध पाव रह जाय तब चाय के चम्मच से एक-एक चम्मच बच्चे को दिन में ५-६ बार चटावे तो कुकुर खाँसी या ढाँसी (धाँसी) जरूर चली जाय।

बच्चों के शीतला ज्वर पर—तुलसी की मंजरी, अजवाइन, और अदरक सम भाग लेकर पीस ले और सेवन करावे। अथवा तुलसी की मंजरी १ तोला, मेथी १ तोला और कूट ३ माशा सबको चौगुने जल में पकावे। जब चौथाई जल शेष रहे तब छानकर पिलावे तो शीतल-ज्वर शान्त हो।

बच्चों के लगभग सभी रोगों पर—तुलसी के बीज, मोथा, अतीस, काँकड़ासिंगी, ककड़ी के फूल की केसर, बायबिडंग, श्वेत जीरा, छोटी पीपल, बंसलोचन और असली केसर, सब

को सम भाग लेकर और पीसकर कपड़छान कर ले। फिर उसे तुलसी के स्वरस में खरल कर चना के बराबर गोलियाँ बना ले। बच्चों को दिन में ३-४ बार मधु के साथ इन गोलियों को देने से ज्वर, खाँसी, पीनस, दूध का डालना, श्वास तथा जूड़ी आदि लगभग सभी रोग दूर हो जाते हैं।

श्रीमती स्मिता पटवर्धन, प्रबन्ध संचालक, तेज कुमार बुक डिपो (प्रा.) लि. द्वारा प्रकाशित

मुद्रक : प्रोफेशनल प्रेस 10-बी, तिलकमार्ग, हजरतगंज, लखनऊ मो0 : 9336065368